

2017.05.02-2017.05.05

18 hét.

| Étkezés     | Hétfő            | Kedd                                                                                                                    | Szerda                                                                                                                      | Csütörtök                                                                                                                       | Péntek                                                                                                               |
|-------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd leves  |                  | Zöldborsókrémleves<br>Pirított zsemlekocka<br><br>Allergén:glutén tej zeller<br>EN:192 SZH:25.8 SÓ:0.7 ZSÍR:6.4 FE:7.1. | Csontleves<br><br>Allergén:glutén tojás zeller<br>EN:97 SZH:13.7 SÓ:0.7 ZSÍR:2.5 FE:4.4.                                    | Vegyes gyümölcsleves<br><br>Allergén:glutén tej<br>EN:171 SZH:31.6 SÓ:0.2 ZSÍR:3.6 FE:2.2.                                      | Magyaros burgonya gulyás<br><br>Allergén:glutén tojás zeller<br>EN:271 SZH:29.8 SÓ:0.5 ZSÍR:9.8 FE:15.0.             |
| Ebéd A menü | Munkaszüneti nap | Borsos tokány<br>Főtt burgonya<br><br>Allergén:glutén<br>EN:517 SZH:51.8 SÓ:1.3 ZSÍR:23.6 FE:22.8.                      | Tarhonyás csirkehús<br>Vitaminsaláta<br><br>Allergén:glutén tojás<br>EN:340 SZH:30.8 SÓ:0.7 ZSÍR:16.9 FE:15.3.              | Fokhagymás sertéssült<br>Hagymás tört burgonya<br>Fejes saláta<br><br>Allergén:tej<br>EN:549 SZH:60.6 SÓ:1.5 ZSÍR:21.4 FE:26.5. | Túrós tészta<br>Alma<br><br>Allergén:glutén tej tojás<br>EN:548 SZH:69.5 SÓ:0.9 ZSÍR:18.0 FE:26.2.                   |
| Ebéd B menü |                  | Bakonyi sertésragu<br>Tészta köret<br><br>Allergén:glutén tej<br>EN:642 SZH:67.6 SÓ:0.5 ZSÍR:31.6 FE:21.0.              | Zöldfűszeres sült halszelet<br>Párolt vegyes zöldség<br><br>Allergén:halak tej<br>EN:350 SZH:24.4 SÓ:1.6 ZSÍR:14.9 FE:28.6. | Temesvári tokány<br>Spagetti tészta<br><br>Allergén:glutén tej<br>EN:582 SZH:63.9 SÓ:0.4 ZSÍR:26.8 FE:20.2.                     | Morzsás nudli<br>Lekvár<br>Alma<br><br>Allergén:glutén kén-dioxid tojás<br>EN:692 SZH:137.6 SÓ:1.0 ZSÍR:7.1 FE:17.4. |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata ( EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

2017.05.08-2017.05.12

19 hét.

| Étkezés     | Hétfő                                                                                                                                              | Kedd                                                                                                                                                     | Szerda                                                                                                                                | Csütörtök                                                                                                                             | Péntek                                                                                                                   |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd leves  | <p>Májgaluskaleves</p> <p>Allergén:glutén tojás</p> <p>EN:239 SZH:22.1 SÓ:0.4 ZSÍR:9.2 FE:16.4.</p>                                                | <p>Csirkeragu leves</p> <p>Allergén:zeller</p> <p>EN:149 SZH:7.0 SÓ:0.8 ZSÍR:6.8 FE:14.5.</p>                                                            | <p>Karalábéleves</p> <p>Allergén:glutén zeller</p> <p>EN:109 SZH:12.5 SÓ:0.7 ZSÍR:5.2 FE:2.6.</p>                                     | <p>Reszelttészta leves</p> <p>Allergén:glutén tojás zeller</p> <p>EN:163 SZH:21.3 SÓ:0.3 ZSÍR:6.3 FE:4.7.</p>                         | <p>Felesborsó gulyás</p> <p>Allergén:glutén tojás</p> <p>EN:408 SZH:29.9 SÓ:0.3 ZSÍR:22.5 FE:21.1.</p>                   |
| Ebéd A menü | <p>Töltött káposzta<br/>Sütemény</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:776 SZH:80.7 SÓ:1.1 ZSÍR:37.9 FE:26.9.</p>                             | <p>Zöldbabfőzelék<br/>Fűszeres sült oldalas<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:744 SZH:33.2 SÓ:1.0 ZSÍR:57.9 FE:20.8.</p>                     | <p>Almás csirkemell<br/>Petrezselymes burgonya</p> <p>Allergén:glutén tojás</p> <p>EN:452 SZH:53.8 SÓ:1.1 ZSÍR:11.6 FE:31.1.</p>      | <p>Rakott brokkoli<br/>Savanyúság</p> <p>Allergén:glutén kén-dioxid tej</p> <p>EN:442 SZH:28.2 SÓ:1.1 ZSÍR:27.1 FE:20.6.</p>          | <p>Almás-túrós lasagne<br/>Mandarin</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:389 SZH:63.0 SÓ:0.3 ZSÍR:12.0 FE:5.5.</p> |
| Ebéd B menü | <p>Zúzapörkölt<br/>Párolt rizs<br/>Idénysaláta<br/>Sütemény</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:794 SZH:119.4 SÓ:1.4 ZSÍR:21.1 FE:30.1.</p> | <p>Sült sajtgolyó<br/>Párolt rizs<br/>Tartármártás<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén mustár tej tojás</p> <p>EN:957 SZH:76.4 SÓ:1.8 ZSÍR:57.7 FE:31.2.</p> | <p>Tejszínes gombás<br/>sertésszelet<br/>Penne tészta</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:703 SZH:69.8 SÓ:1.5 ZSÍR:31.6 FE:33.7.</p> | <p>Sóskamártás<br/>Főtt burgonya<br/>Főtt tojás</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:620 SZH:75.9 SÓ:1.5 ZSÍR:22.6 FE:25.3.</p> | <p>Tepertős pogácsa<br/>Mandarin</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:443 SZH:28.2 SÓ:0.2 ZSÍR:32.4 FE:8.6.</p>    |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata ( EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

2017.05.15-2017.05.19

20 hét.

| Étkezés     | Hétfő                                                                                                                                                   | Kedd                                                                                                                                                 | Szerda                                                                                                                     | Csütörtök                                                                                                                                                           | Péntek                                                                                                                            |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd leves  | <p>Barackos - szilvás gyümölcsleves</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:171 SZH:31.6 SÓ:0.3 ZSÍR:3.6 FE:2.2.</p>                                       | <p>Karfiolleves</p> <p>Allergén:glutén zeller</p> <p>EN:104 SZH:10.9 SÓ:0.7 ZSÍR:5.3 FE:2.7.</p>                                                     | <p>Gombakrémleves</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:173 SZH:12.0 SÓ:1.3 ZSÍR:11.4 FE:5.1.</p>                     | <p>Paradicsomleves</p> <p>Allergén:glutén zeller</p> <p>EN:166 SZH:24.5 SÓ:0.9 ZSÍR:5.6 FE:3.9.</p>                                                                 | <p>Frankfurti leves</p> <p>Allergén:glutén mustár szója tej</p> <p>EN:287 SZH:17.8 SÓ:0.8 ZSÍR:18.7 FE:11.4.</p>                  |
| Ebéd A menü | <p>Töltött sertés dagadó<br/>Kukoricás rizs<br/>Fejes saláta<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén tojás</p> <p>EN:830 SZH:76.0 SÓ:1.7 ZSÍR:48.8 FE:20.2.</p> | <p>Kapros káposztafőzelék<br/>Fűszeres halpogácsa</p> <p>Allergén:glutén halak tej tojás zeller</p> <p>EN:455 SZH:50.0 SÓ:0.9 ZSÍR:20.6 FE:15.9.</p> | <p>Rakott karfiol</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:452 SZH:31.1 SÓ:0.9 ZSÍR:27.0 FE:20.7.</p>                          | <p>Fokhagymás - mustáros sült hal<br/>Penne tészta<br/>Sütemény</p> <p>Allergén:glutén halak mustár tej tojás</p> <p>EN:860 SZH:115.1 SÓ:1.7 ZSÍR:27.4 FE:36.9.</p> | <p>Mákos nudli<br/>Vaníliás öntet<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:784 SZH:128.7 SÓ:1.0 ZSÍR:25.1 FE:26.4.</p> |
| Ebéd B menü | <p>Bolognai spagetti<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:513 SZH:60.7 SÓ:0.8 ZSÍR:20.2 FE:21.2.</p>                                     | <p>Rántott csirkecomb filé<br/>Burgonyapüré<br/>Céklasaláta</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:732 SZH:90.1 SÓ:2.3 ZSÍR:24.4 FE:35.8.</p>    | <p>Debreceni tokány<br/>Tészta köret</p> <p>Allergén:glutén szója tej</p> <p>EN:851 SZH:68.4 SÓ:0.9 ZSÍR:50.2 FE:30.3.</p> | <p>Rántott sertésszelet<br/>Burgonyapüré<br/>Uborkasaláta<br/>Sütemény</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:933 SZH:113.5 SÓ:1.8 ZSÍR:34.6 FE:39.6.</p>       | <p>Gyümölcslepény<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:434 SZH:67.0 SÓ:0.3 ZSÍR:13.9 FE:8.5.</p>                   |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata ( EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

2017.05.22-2017.05.26

21 hét.

| Étkezés     | Hétfő                                                                                                                                     | Kedd                                                                                                                           | Szerda                                                                                                                   | Csütörtök                                                                                                                                  | Péntek                                                                                                                                           |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd leves  | <p>Kertészleves</p> <p>Allergén:glutén zeller</p> <p>EN:114 SZH:13.1 SÓ:0.2 ZSÍR:5.3 FE:3.1.</p>                                          | <p>Almás - körtés gyümölcsleves</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:140 SZH:23.8 SÓ:0.1 ZSÍR:3.6 FE:2.2.</p>                  | <p>Zöldségkrémleves</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:155 SZH:19.6 SÓ:0.5 ZSÍR:6.6 FE:3.6.</p>                        | <p>Pulykaragu leves</p> <p>Allergén:glutén tej tojás zeller</p> <p>EN:274 SZH:24.7 SÓ:0.5 ZSÍR:10.1 FE:20.5.</p>                           | <p>Babgulyás</p> <p>Allergén:glutén tojás zeller</p> <p>EN:441 SZH:36.9 SÓ:0.7 ZSÍR:22.5 FE:21.8.</p>                                            |
| Ebéd A menü | <p>Tejszínes csirkeragu<br/>Sárgarépás rizs<br/>Cseresznye</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:443 SZH:68.0 SÓ:0.6 ZSÍR:6.2 FE:27.7.</p> | <p>Kelbimbófőzelék<br/>Sült csirkecomb</p> <p>Allergén:glutén</p> <p>EN:623 SZH:76.8 SÓ:1.2 ZSÍR:19.4 FE:34.4.</p>             | <p>Hentestokány<br/>Szarvacska tészta</p> <p>Allergén:glutén mustár</p> <p>EN:555 SZH:61.4 SÓ:0.7 ZSÍR:25.4 FE:19.2.</p> | <p>Tavaszi rizses csirkemáj<br/>Fejes saláta</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:544 SZH:67.8 SÓ:1.6 ZSÍR:15.6 FE:32.2.</p>               | <p>Szilvalekváros gombóc<br/>Fahéjas szórat<br/>Meggy</p> <p>Allergén:glutén kén-dioxid tojás</p> <p>EN:449 SZH:96.1 SÓ:0.5 ZSÍR:1.7 FE:9.6.</p> |
| Ebéd B menü | <p>Zöldséges lasagne<br/>Cseresznye</p> <p>Allergén:glutén tej zeller</p> <p>EN:449 SZH:75.0 SÓ:0.8 ZSÍR:8.1 FE:17.6.</p>                 | <p>Töltött paprika<br/>Főtt burgonya</p> <p>Allergén:glutén tojás zeller</p> <p>EN:797 SZH:112.0 SÓ:1.5 ZSÍR:25.3 FE:28.4.</p> | <p>Cukkínis ragu<br/>Főtt burgonya</p> <p>EN:594 SZH:93.2 SÓ:0.9 ZSÍR:10.5 FE:30.0.</p>                                  | <p>Vadas szelet<br/>Burgonyakrokkett</p> <p>Allergén:glutén mustár tej tojás zeller</p> <p>EN:1104 SZH:108.6 SÓ:1.5 ZSÍR:57.7 FE:35.2.</p> | <p>Tollhegy tészta halcsíkokkal<br/>Meggy</p> <p>Allergén:glutén halak tojás</p> <p>EN:496 SZH:70.7 SÓ:0.6 ZSÍR:11.6 FE:25.3.</p>                |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata ( EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)

2017.05.29-2017.06.02

22 hét.

| Étkezés     | Hétfő                                                                                                                            | Kedd                                                                                                                                                      | Szerda                                                                                                                                      | Csütörtök                                                                                                                                   | Péntek                                                                                                                                    |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ebéd leves  | <p>Vegyes zöldségleves</p> <p>Allergén:glutén tojás zeller</p> <p>EN:100 SZH:10.2 SÓ:0.5 ZSÍR:5.4 FE:2.3.</p>                    | <p>Zellerleves</p> <p>Allergén:glutén tojás zeller</p> <p>EN:111 SZH:11.5 SÓ:0.3 ZSÍR:5.7 FE:2.7.</p>                                                     | <p>Felesborsókrémleves<br/>Levesgyöngy</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:318 SZH:37.1 SÓ:0.3 ZSÍR:13.4 FE:11.6.</p>                | <p>Sertéshúsleves</p> <p>Allergén:glutén tojás zeller</p> <p>EN:200 SZH:5.3 SÓ:0.8 ZSÍR:14.4 FE:11.7.</p>                                   | <p>Hamis gulyásleves</p> <p>Allergén:zeller</p> <p>EN:142 SZH:20.3 SÓ:0.7 ZSÍR:5.2 FE:2.8.</p>                                            |
| Ebéd A menü | <p>Gombapaprikás<br/>Házi galuska<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:583 SZH:81.9 SÓ:0.8 ZSÍR:19.1 FE:19.8.</p> | <p>Fokhagymás sült sertésmáj<br/>Hagymás tört burgonya<br/>Káposztasaláta</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:578 SZH:74.6 SÓ:1.9 ZSÍR:18.9 FE:25.3.</p> | <p>Kakukkfűves pulykatokány<br/>Csavart tészta</p> <p>Allergén:glutén tej tojás zeller</p> <p>EN:529 SZH:63.8 SÓ:0.5 ZSÍR:18.5 FE:26.1.</p> | <p>Kapros tökfőzelék<br/>Sült virsli</p> <p>Allergén:glutén szója tej</p> <p>EN:439 SZH:25.1 SÓ:1.1 ZSÍR:29.7 FE:17.4.</p>                  | <p>Mogyorókrémes gombóc<br/>Cseresznye</p> <p>Allergén:diófélék glutén szója tej tojás</p> <p>EN:286 SZH:53.7 SÓ:0.1 ZSÍR:4.7 FE:6.1.</p> |
| Ebéd B menü | <p>Chilis bab<br/>Alma</p> <p>Allergén:glutén</p> <p>EN:422 SZH:52.9 SÓ:0.3 ZSÍR:10.3 FE:28.6.</p>                               | <p>Párizsi szelet<br/>Rizi bizi<br/>Káposztasaláta</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:527 SZH:67.5 SÓ:1.2 ZSÍR:17.0 FE:24.9.</p>                  | <p>Rakott burgonya<br/>Fejes saláta</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:561 SZH:58.8 SÓ:1.3 ZSÍR:26.1 FE:21.0.</p>                   | <p>Gyümölcs mártás<br/>Főtt sertésszelet<br/>Pirított dara</p> <p>Allergén:glutén tej</p> <p>EN:693 SZH:102.9 SÓ:1.0 ZSÍR:17.6 FE:28.7.</p> | <p>Sajtos kifli<br/>Cseresznye</p> <p>Allergén:glutén tej tojás</p> <p>EN:426 SZH:71.6 SÓ:1.8 ZSÍR:7.6 FE:16.7.</p>                       |

Beszerzéstől függően az étlap változhat.

Élelmezésvezető

Tápanyagtartalom jelölés magyarázata ( EN:energia, kcal/adag;SZH:szénhidrát, g/adag; SÓ:sótartalom,g/adag;ZSÍR:zsírtartalom,g/adag)